

椋山女学園大学研究論集 第37号（人文科学篇）2006

治療体操から生きる喜びとしてのスポーツへ

——医療体操史における「身体」の問題——

三 井 悦 子*

Heilmethode oder Freude am Leben?

——eine Betrachtung über lebenden Körper——

Etsuko Mii

はじめに

筆者はこれまで「医療体操史」という領域を構想するなかで、主として18世紀半ばから20世紀初頭までのヨーロッパにおける治療と健康にかかわる身体運動について探求してきた。とりわけ医学者や医師の身体運動観に着目し、個々の文献に記述されたものを史料としながら、そこにあらわれた医学観や治療観を読み取り、また、処方にみられる具体的な体操例をとりあげ、基礎資料作成をおこなってきた。こうした作業を経て、近代国民国家の形成と医学的合理性による身体管理との切り離せない関係が浮き彫りにされることになった。これらの研究成果は運動療法史、整形外科史、スポーツ史に基づくものであり、またそれらを補充するものでもある。

一方で、筆者は医療体操の実際にも身をおいてきた。現在の医学的リハビリテーションの一環としての理学療法や運動療法、東洋医学、あるいはそのほかの多様な代替医療における身体的療法、ロルフイング¹⁾やフェルデンクライス身体訓練法²⁾、野口体操³⁾や竹内レッスン⁴⁾、またダンスセラピー⁵⁾やクア⁶⁾にも関心を持ってきた。このような実践は医療体操史研究と相補的關係にあり、筆者にとって両者はどちらも不可欠なものである。なぜなら「人間」や「生命-いのち」や「身体-からだ」について考えていこうとすると、身体的に理解することなしに実りはないと考えるからである。では身体的に理解するとはどういうことか、また医療体操が扱う身体とは何か。こうした問いに限ってみても、医療体操史研究にとって「身体」をめぐる論議は重要課題である。

本稿では、医療体操における身体の問題を、医療体操史研究のこれまでとこれからという項目に分けて捉えなおし、新しい時代の医療体操が何を視野に入れなければいけないかを明らかにしていく。

* 人間関係学部 人間関係学科

1. 「医療体操」のこれまで

(1) 主体性の問題——身体を取り戻す

「体育」や「スポーツ」は、これまで、さまざまな時代状況の中でその医学的合理性に依拠して価値づけられ、教育や政策と密接に関連して用いられてきた。しかし、体育やスポーツが、医学・医療とどのような関係性の中で、どのように影響しあって現在に至ったかという点について、学問的な共通理解や蓄積はいまだ存在しない。この領域に関する歴史研究は、体育・スポーツ史研究と医学史研究のはざまにあるがゆえに、どちらからも着目されながら、どちらからも未着手であったといわざるをえない。

筆者は、この見過ごされてきた領域を「医療体操史」として立ち上げ、これまでは、主として18世紀半ばから20世紀初頭までのヨーロッパにおける治療と健康にかかわる身体運動について探求してきた。このとき、筆者はまず、その対象となる「医療体操」を、治療や健康保持、あるいは健康増進を目的として用いられる身体運動とした。

これらによっていくつかの医療体操史上のエポックが浮き彫りにされてきた。ひとつには18世紀半ばN. アンドリーによる「整形外科 (Orthopaedia)」の誕生であり⁷⁾、また、19世紀半ばヨーロッパ各地での医療体操専門施設の開設期、器械治療への移行期などである⁸⁾。このなかで、近代国民国家形成期において医療と体育が果たした役割も徐々に明らかになりつつある⁹⁾。

このような「医療体操史」研究における筆者のスタンスは、「医療体操」における主体性の問題、すなわち、「治る」過程において当事者は「主体」たりえるかを問う点にある。当事者すなわち患者自身がその治療過程にどうかかわるかという問題は、身体はだれのものかという人間にとっての基本的な問題に通底する。これに関して、これまでの医療体操史は、次のように指摘してきた。

詳細な検討はすでに別稿にある¹⁰⁾ので参照されたいが、簡単に言えば、次の通りである。すなわち、「外科」的な手法を批判する形で登場した「整形外科」がその特徴を非観血的方法とし、治療法の中心として「身体運動」に着目したとき、患者は身体を（その患部を）モノとして扱われてきた長い歴史にピリオドを打ったのである。（もちろん正常と異常を明確に二分する行為から始まる当時の「整形外科」という思想には、問題がないわけではない。しかし、とりあえずここではその問題には触れない。）つまり、これまで治療器具という名の拷問具に暴力的に扱われ、医療者側にゆだねるしかなかった患者の身体を、整形外科の治療法としての身体運動は、そこから解放し、患者の手に戻したのである。整形外科治療体操の専門施設では屋内ばかりか屋外でも遊具を使った運動が採用され、のびのびとした雰囲気の中で治療が行われていた。このとき、患者は治療過程にかかわることができた、このとき患者は治っていく過程において主体性をもつことができた、と、筆者は見る。

しかし、ふたたび、身体は他者の手にゆだねられる。近代国民国家形成期における身体運動の論理は、当時の時代状況がもつ理想的な人間像に答えようとして組み立てられ、より強く、より意志的な身体の形成が進められた。それは、「医療体操」といういわば弱者の領域においても同様であり、いやむしろ弱者を対象とするゆえに、その論理はいやおうなく明確になっていたともいえるだろう。すなわち、身体には鎧が着せられ、本

来、体液の中に浮かんでいるはずの骨格や筋肉（この身体観については後述）が、まるでそれら自体で立位を保持しているかのようにとらえられ、「意志的な身体」「硬直した身体」が作られていったのである。

こうして、「からだほぐし」や「癒し」が声高に求められる現在にいたるまで、ほぐすべき身体、そしてほぐすべき人間が歴史的に作られてきたのである。

(2) 「治療」概念の見直し——「治る」とはどういうことか

さて、ここでもう一つの問題である。「治る」とはどういうことか。その概念の見直しについてである。うまく機能しない部位を患部と名づけ、特定し、それが正常に機能するよう働きかける。これを一般に「治療」とよぶ。それでもうまく機能しなければその部分を取り替える。このような部位の修理や交換により、正常な機能を回復させようとする事、これを「治療」と呼ぶことに問題があるといえないだろうか。アンドリーによって始められた「整形外科」がまずはじめにしたことは、人体のタブローをえがくことであったが、それは、人体を全体として眺めるのではなかった。頭、首、腕、手、脚というように、人体を部分に分けて、その定義を述べる。定義されたものだけが「正常」であり、その定義にそぐわないものは厳しく「異常」とレッテルを貼る。

しかし、「治療」というものを「人が治る」「人が癒える」という視点から考えていこうとするとき、こうした人間を部分の集合とみるような視点では不十分である¹¹⁾。

ではあらためて人間にとって、「治る」とはどういうことか。傷が癒えるか否か、器官が正常に機能するか否かにかかわらず、人が人としていきいきと生きようとする事、ひとまとまりの存在として一点に向かう意志をもつ事、それこそが「治る」ということではなかろうか。

本節では、まず、治療過程における患者の主体性の問題、そして「治療」概念の見直しの必要性について問題提起した。医療体操史における主体性の問題は、治る過程に当事者（の身体）がどうかかわるかという問題であるが、それは同時に、身体は誰のものかという問題に発展する。さらに、問題はここにとどまらず、ひとりの人間としてどう生きるか、何をよろこびとして生きるか、という人間の根源的な問題に敷衍していく。

また、ここでは、医療の近代化過程において人間が強要されてきたものや覆いかぶせられてきたものが明らかになった。整形外科や医療体操は、障害がなく、均整のとれた、強くて、何より有用な、機能する身体を形成しようとしてきた。いいかえれば医学や体育は、そのような期待される身体を「つくり」出すべく、「身体」を管理統制してきたのである。

次に、「治療」概念の見直しによって、「医療体操」の対象の拡大が必要となることがわかった。これまでの医療体操は、病院システムのなかで医療者によって処方され訓練されるものであり、患者にとっては受動的な身体運動であった。しかし、前述したように、「人が治る」とはどういうことかを、あらためて考えるならば、医療体操は身体的な疾病の治療や予防、あるいは健康増進を目的とするものにとどまることなく、人間の全人的な、生の充足感にかかわるものにまで広げた概念として想定されるべきである。つまり、生活の中であって「わたし」が「生きている」と実感できるような体験、分裂したままではなくひとまとまりの存在と感じられるような身体運動やスポーツ文化へと、対象を広げ

ることになるだろう。

ではつぎに、広い概念としてのスポーツ文化が、いかにすれば人間がいきいきと生きるという新しい治療概念に沿って可能性を発揮しうるのかについて検討していこう。

2. 「医療体操」のこれから

(1) 「もうひとつの身体」を視野におく

人間は、何よりもまず「身体」としていまここに存在している。そして意識と無意識、理性と感性、合理と非合理を、この身体において同時に体现しているといえるだろう。しかし、これまで語られてきた「身体」は、いわば意識の領域にある身体、理性や合理の世界を生きる意志的で随意的な身体に限られてきたのではないだろうか。

これまでみてきたように、医学や医療体操における「身体」への関心は、何を正常とし、そこから逸脱したもの（＝異常）をいかにして正常に戻すかという、その形態と機能にかかわる問題であった。一方、これまでのスポーツ科学における「身体」への関心もこれに似ている。つまり、最高達成を実現する身体は、どのような機能をもっていなければならないか、その最高のモデルを明示し、そして、どのようにすればそうした身体を「つくる」ことができるのかを追求すること、この一点に研究の焦点が絞られてきたといっても過言ではない。スポーツ生理学やスポーツ医学の研究成果は、アスリートたちの身体をより効率的に働く身体へとつくり変え、すばらしいパフォーマンスを可能にし、競技記録を塗り替えることに貢献してきた。それが、スポーツ科学の名のもとでの「身体」の解明であり、改造であった。

このとき光があてられているのはコントロール可能な身体である。近代国民国家形成期以降、国民全体に強く求められるようになった「強靱な意志」に支えられた「強健な身体」は、何者かの手によってうまく制御される「従順な」身体でもあった。このような身体は、組織や社会や時代の要求に応じて、いかようにも加工され、形成されていく。あるところでは、動作所作が画一化され、同一の、ある思想を表現することも可能となる。想像を絶する壮大なマスゲームはこうして完璧に演じられるのである。

この一方で、光があてられていないもうひとつの「身体」がある。それは、モノとしての身体ではない。これまでわたしたちは、観察し、計測し、検査し、分析することによって「身体」について理解し、「身体」の神秘を解明しようとしてきた。しかしこのとき、計測不可能な「何か」が人間の身体が行うことには存在することに気づいていたに違いない。気づきながらも、それについては語らないできた。「目に見えるデータとして出てこないものは、事実とは認めない」という論理が科学的な思考法とされる。こうした思考法に慣らされたわたしたちは、語らないどころか確かにあると実感しながらも、無いものとすることで折り合いをつけてきたといってもよい。実際に感じているからだの中に湧き上がった熱い想い、動いて感じる運動感覚、人と人との接触や運動の快感、さらに意識のコントロールを超えた身体の動きなど、このような「身体」については、これまであまり論じられることがなかったといってもよい¹²⁾。

人が生き生きと生きようとすることを「医療体操」のめざす方向として定位するとき、

こうした、いわば「無意識の身体」、「非合理の身体」に目を向ける必要があるだろう。意識より以前に動きだす身体がそれであり、また、自分の意志とは無関係に、あるいはそれに逆らい自分の意志を裏切って動いてしまう身体もこれに該当する。それは、科学的合理主義に支えられて「製造」された身体とは異なる、つまり、効率よく機能し、勝利を求め、上へ上へと伸びていこうと志向する身体とは別種の、説明困難な「不透明な身体」である。いいかえれば、非日常の身体、祝祭的な身体、境界領域の身体、劈かれた身体、エクスターズする身体……と、というようなことばで表される身体である。人間はモノではない。人間の身体はモノではない。それならば、こうした「もうひとつの身体」について語ることなしに、現実がいまここに生きている生身の人間とその営みを語ることはできないだろう¹³⁾。

つぎに、その不透明な、生身の身体に、接近してみることにしよう。

(2) 「主体性」を疑う——動かされてしまう身体

これまで対象とされてきた身体を、客観的对象としての「身体」と呼ぶならば、これから論じていこうとする「もうひとつの身体」は「主体としての身体」と呼ぶことができるかもしれない。しかしここではこの「主体」という概念そのものを疑うという立場をとる。

たしかにわたしたちは日常、多くのことを認識し、判断し、選択して行動している。そして、人間とはこうした意識的存在であり、思考や認識という行為こそ他の動物とは異なる人間的な行為であるとして、そこに大きな価値をおく。そして「自己決定」権をもち、それを行使して「主体的」に生きることが、人間としての尊厳を失わない生き方であると考えられている。しかし、実際に人間が生きていく営みというのは、そう論理的ばかりには進まない。情報を丹念に収集し、精密に分析し、論理的に考え、かつ経験に照らし合わせて判断したつもりでも、じつは、それ以外の何かに決定〈させられている〉ことがある。「人間」に関することがらのすべてを、認識や理性による主体性の論理で説明したり筋道だてて考えることにはおのずから無理があるということをあらためて確認しておく必要があるだろう。

人はなにかに熱中していると、ときとして「自分の異境」を体験することがある。もちろんそれは、いつも同じように起こるわけではない。また、誰にでも同様に起こるわけでもない。深い集中のなかで起きることもあれば、予期せぬ状況で突然起こることもある。こうした事態は科学が不得意とし、もっとも忌避するところでもある。このとき、〈わたし〉が意図しなかったことがらが、〈わたしの身体〉には起こっている。そしてそのことに〈わたし〉が気づく。つまり、認識や判断を超えて、身体が意識に先行している、といえるだろう。このような科学的、論理的に説明のつかない、あるいは、普遍化することのできない身体は、前述したように、ヨーロッパ近代に起源をもつ近代科学が抑圧・隠蔽し、ひたすら排除してきた身体、つまり、無いものにされてきた身体でもある。

人間は、実際のところ何かに衝き〈動かされて、動いている〉存在である。G・バタイユ(1896-1962)によれば、これは「非-知」の領域として問題提起されている。人は認識や論理によって決して行動するものではなく、「なぜなら～だからである」という説明(reason = 理性, 理由)のつかない力に動かされて行動するものである、利害にとらわれ

ず人間を行為させるものは、むしろこのような「非-知」であると彼は言う。人をほんとうに動かすものは認識や論理に基づく「絶対知」ではなく、「非-知」の方なのである¹⁴⁾。

つまり、人間にとっての、わたしにとっての「主体」性は、外の基準や規範に沿って生まれるものではない。「しなければならない」からする行為ではなく、内発的な「何かに衝き動かされて」する行為、こちらのほうがむしろ主体的といえるのである。したがって、行かねばならないと判断し、強い意志力をもって自律的に行動することよりも、むしろ、思わず足がそちらに向いてしまうような行為が、つまり、なにかに揺り動かされるように、意識より以前に動いてしまう行為こそが、人間が生きるということにとっては根源的であり、はるかに「主体的」といえるのである。

このように考えると、主体的である（主体的に動く）とは、「受動的」である（動かされている）、ということになる。

ここでは、意識より先行し、そして意識を先導する「身体」の存在が提起された。次に、今ここに生きている人間にとっての「医療体操」により接近するために、この身体の領域にもう少し立ち入り検討していこう。

(3) 「からだ」の発見——からっぽのからだ

1) 皮袋の中の水に浮かぶ

死体解剖からその研究が始められた近代医学は、モノ、物体としての人体を対象としてきた。つまり、それは胃、心臓、肝臓というようにひとつひとつパーツを取り出すことから始まっている。したがって治療は修理と同義に扱われることが可能である。そして、修理のきかない部品は交換することによって、その機能を継続できると考えた。このような人間理解に立てば、臓器移植に対してもなんら抵抗感は抱かない。いきつくところは人工身体となる。

しかし私がここで「生身の人間」を考える上で展開したい「身体」は、こうした理解ではありえない。表層的な容れ物としての「肉体 (Körper)」や「身体 (Leib)」にとどまらず、これまで述べてきたような「もうひとつの身体」の可能性をとりこんで、*seelisch* (spiritual, soulful) なものを含んだ「不透明な身体」を視野に入れなければならない。

この不透明で、変幻自在の身体を表現しようとするとき、日本語にはより適切なことばがある。「身」や「からだ」がそれである¹⁵⁾。

近代体育とは異なる潮流の中にある体操（野口体操と呼ばれる、一つのオルタナティブな体操法）の創始者、野口三千三は「身体」といわず、「からだ」と呼ぶ。「からだ」という和語は「から」からきているという。『字訓』によれば、「『から』は外皮・外殻を意味するもの、草木の幹茎など、ものの根幹をなすもの、血縁や身分についてそのものに固有の本質をなすものなどをいう。……人には『からだ』という。」とある。

野口は、次のように語っている。

「『から』は、空、虚、洞、殻、穀……でもある。それはなつかしく安らかな安息の場であると同時に、或る神秘的・呪術的な働きによって、はかりしれないあやしい何事かが起こることを予感させる「内部空間」をもつことがその本質であろう」¹⁶⁾。

そのものに固有の本質をなすものという「から」の意を、野口は一歩進んで「はかり知れないあやしい何かが起こる場」とであるという。

「からだ」は普遍化することのできない最も個人的な場であり、しかも固定しているのではなく変化・流動している。さらにあやしいなにかが生まれる場であるという。野口のいう「からだ」は、皮膚という「から」につつまれた空間。空洞である。そして、ほとぼしる生気やいのち（というような目に見えないものを）を孕んでおり、さらに、その存在にのっての「すべて」といってもよいもの、それがそれであるための最も大切なものとされている。「からだ」とはそのような、いのちあるものが生まれ、育まれる場であるとして生き生きとイメージされている。

そして、このような「からだ」観に立てば、人間の内臓や骨格は皮膚という皮袋の中の液体に浮かんでいる、とイメージされる。野口体操のすべての基本はそこに置かれている。したがって野口体操では、筋肉や骨格の堅牢さや強靱さを要求しない。ゆらゆらと、ニョロニョロと、たゆむ皮袋になりきることが重視されるのである。

さて、このように「からだ」を空洞（からっぽ）とみなし、その中の「流れ」こそが、生命体としての人間のエネルギー源であるとするのは、野口ひとりに限ったものではない。たとえば、演出家竹内敏晴は、次のように考えている。

深い集中の中で、人間が「からっぽ」の状態になったとき、無意識が動き出す。無意識といっても意識がないのではない。意識以前に動き出すからだが出現する、と竹内はいう。そして「からっぽ」の状態を、意識的に作り出そうとするのが、竹内レッスンである。竹内は、現代社会が人間に対して加え続けるさまざまな重圧の中で、ことばが劈かれ、人と人がじかに会うためには何が必要なのかと問う。そして「からだ」に着目し、無意識が働き始めるような「からだ」の状態、つまりそれは「からっぽ」の状態なのだが、これを意識的に準備することをレッスンに取り入れる。そして、このようなからだが準備されたとき、ふだんは当然と思っていたような状況から逸脱し、自分でも気づかなかった感情を生み出すことができるようになる。こうしてはじめて、存在全体で他者に呼びかけ、他者と出会うことができると竹内は考えている。

意識以前に動き出すからだというものがある、それは日常的に体験していることだと氏は言う。おいしいものに思わず手が出る。このとき、手を出すのではない。気になる人には、見ようとしなくてもつい目が行ってしまう。また、何メートルも離れたところにいる人の背中にむかって、「あのお、ちょっと」と呼びかけたとする。そのとき、相手が振り向いてくれることがある。実際には離れているのだが、呼びかけた瞬間、私のからだはすでに、その人のそばまで行っている。

これが根源的な人のからだ、人が動くということ、そして人と人がひびき合うということである。つまり、意識とは無関係に動き出すからだ、そして物理的な時空間を越えて行き来するからだこそ、人間的な交流を可能にし、本当の出会いというものを生み出す。そのためには「からっぽ」でなければならないのである。

さらに、竹内がその思想や実践に強く影響を受けたと思われる教育学者林竹二は、「学び」は祝祭であるという。子ども達は何かを学ぼうとし、力を尽くし、汗をかき、エネルギーを使い果たす。われを忘れて打ち込む深い集中の中で、今まで知らなかった自分が動きだす。すなわち、それは祝祭であり、このように生ききる場こそが「授業」であるとした。一方、竹内にとっては「ドラマ」が、この「祝祭」の場である。

エネルギーを使い果たすこと、からっぽであること、それこそが祝祭。消尽すること

が、すなわち生を充溢させることなのである¹⁷⁾。

ところで、野口体操や竹内レッスンの「ゆらし」などから多くを学んでいる近年の学校体育における「体ほぐし」については、今一度検討することが必要であろう。

筆者はこれまで、学校体育のカリキュラム変更に際して、新出の「体ほぐし」についていくつかの問題提起をしてきた¹⁸⁾。そこで述べたことは、「体づくり」や「体ほぐし」は、どのような身体を作ろうとし、そして身体をどのようにほぐそうとしているのか、つくられる対象、ほぐす主体、ほぐされる対象としての「身体」について再考が必要であるという点である。

たとえば、保健体育科におけるこれまでの領域名「体操」が、2002年度より「体づくり運動」という名称に変更された。ここに新しく導入された「体ほぐしの運動」では、「体と心をのびやかにしよう」とうたわれている。そこでは、「体と心の状態に気づき」、「体と心の調子を整え」、そして「仲間とかかわり合うことのたのしさを体験し、豊かで人間的な交流ができるよう」になることが目指されている。

「癒し」「セラピー」「リラクセーション」などが、いまや広く求められる時代となり、安易に受動的に快感を求める側と、それを提供する側との刹那的な依存関係が社会現象ともなっている。このような状況にあって、「体ほぐし」は、他力によらず「主体的」な「癒える力」を取り戻させようとしている点において大きな意味を持っている。そして仲間との豊かな関係を結んでいくことが目指されているという点においても、「人が人として生きる」ということにとって希望に満ちた内容であるといつてよいだろう。

しかしここで今一度考えなければならないことは、その「身体」についてである。どのような身体を作ろうとし、そして身体をどのようにほぐそうとしているのか。また、仲間との豊かな関係はどのようにして結ぶことができるか、である。

ふだん私たち（の身体）は、無意識のうちにたえず身構え、何かに対して即座に反応しよう準備しているようである。だからそこには常に大なり小なりの緊張があり、硬く（やわらかくない）、そして固い（ゆるんでいない）状態にある。それはまるでモノのようであり、したがって、とうてい「からっぽのからだ」とはいえない。そこで、ふたり組になって余分な緊張をほぐしあうことをはじめ。

2) 「じか」の体験、接触、すなわちつながり 〈ゆらし〉

まず、腕をゆらゆら揺する。しかし、腕という「部分」をただ揺らすのではない。私の中の何かが、つないでいる手を通してあなたに伝わり、そしてあなたの中の何かに触れ、あなたに変化をもたらす、再びあなたから私へと戻ってくる。どこまでがわたしでどこからがあなたかわからないような状態、触れ合うとは、皮膚の接触だけではない。互いが互いに滲入しあうことでもある。体ほぐしは、このような動きにおいてはじめてコミュニケーション・ムーヴメントとなりうるのである。

しかしながら、実際、自分の体をモノとしか感じていなかったり、これまでモノとしてしか扱われてこなかった人間が、パートナーと対峙したとき、モノ以外のよう触れ合うことが可能だろうか？ わたしの身体は、いや「わたし」はモノではない、と自分のから

だで実感し腑に落ちる経験なしに、パートナーの「身体」を、温かい「からだ」として体感することはできないだろう。「体ほぐし」が時代の要求となったいま、同時にこのような「からだ体験」が必要とされることになる。

だからこそ、この「身心の状態に気づき、調子を整え、人とかわりあうことの楽しさを目指す授業」は、客観的に自分の身体を観察し、状態を分析し、それによって調整することよりも、むしろ、からだを持つ不思議を実感することがめざされるべきであろう。からだはいつも流動していつかみどころがない。何より正直に「私」というものをあらわしている、と思いきや……意に反した行動をとることもある。

このようなからだとからだが出会うということが、いかに人間同士が許しあい、信じあい、いとおしさを深めることにつながっていることか。このような意味で「体ほぐし運動」が切り開く地平は、これからの人間の生き方における重要な問題とかかわっている。医療体操が新しいもう一つの可能性をひらくところでもある。

〈息を合わせる〉

もう一つ例を挙げよう。相手をよく観察し、相手の姿勢や動きを真似て相手の気持ちを感じてみる。つぎに、相手の肩や胸の動きにじっと目を凝らし、相手の呼吸を真似る。肩や背中に触れながら呼吸を合わせてみる。触れるということは触れられるということである。相手の背中に耳を当ててもいい。もっと静かに、もっとゆっくり……。肩も胸もおなかもその動きが見えないほど呼吸が静かに小さくなったとき、誰からともなく相手の背中に自分の身をゆだね、全身で感じようとしはじめる。こうして眼で見なくても見える世界へ、耳で聞くのではなく感じる世界へと滑り込み、静かな呼吸の波にのっていっしょに揺れる。二人で息をする、二人で生きている。わたしでもあなたでもない。ほかのひとつの存在としてそこにいる。相手の温かさをじかに感じ、相手の呼吸を受け入れ、別の存在となるとき、わたしのからだはからっぽである。これが人と人との関係性の原点にちがいない。

人は、完全な「個」として存在することはできない。関係性の中でしか生きられない。とすれば、人には、「からっぽ」になるすべ、そして「じか」に触れ、共に存在する「すべ」が本来備わっているはずである。ふだんは、余計なものに阻害され、その「すべ」がうまく発揮できないでいる。余計なもの、それはたとえば、規則、理想、正義、情報、誤解、打算……など。こうしたものがからまって、からっぽではいけないのである。

からだを知るとはどういうことだろうか。からだについての情報とはなにか。見えない部分を見ようと顕微鏡を使い、観察し、検査し、数値化する。しかし、そういう方法で身体を測定してみても、人間のからだはほんとうにはわからない。からだを知るとは、知識を積み上げることではなく、むしろからっぽになること、そしてからっぽのからだの不思議を体験することにある。

ゆらしのレッスンでのパートナーの手をもつことや足首をもつこと、息を合わせるレッスンでの背中に手を置くことや肩に手を置くこと、それらはすべて「触れる」ということが基本にある。私が触れているということは、同時に私が触れられているということである。モノとして扱わないということは、モノとして扱われないということでもある。こうした互いの交感を「じか」に感じとりながらレッスンは進む。

広辞苑によれば、「じか（直）」は「じき（直）」の転であり、間にへだたりがないことを意味する。「じき」には、間にものや人を入れずにすること、時を移さずすること、距離の近いこと、心がすなおなことという意味がある。つまり、「じか」とは、正直であるとかすなおであるといったひとりの人間の性格や心情をあらわすと同時に、間にへだたりがないというように、関係性をも表す言葉である。

「じか」であることが、このように、個の問題と関係性の問題のふたつを孕んでいることは、とても興味深い。なぜなら、ほかの誰にも替えることのできない自分自身の生を思うままに生きたいと思うこと、そして、教室や職場や社会の人間関係の中で折り合いをつけながら生きること、その双方が相反することではないからである。いやむしろ、さまざまな関係の中で人間的な交流をもち、そしてそこにすなおに存在することこそ、人が人として十分に生きることであると示唆する点である。つまり、「わたしであること」と「つながること」が大きく重なっているのである¹⁹⁾。

「じか」ということは、「ほんとう」とか「リアル」とか「なま」という感覚に似ている。「生きているという実感の中にいる」、「こうでないと生きている気がしない」というような、こう生きたいという欲求、一点への志向性が明確である。これは、第一章で見てきた「人が治るということ」と深く関係している。

結び——生きる歓びとしてのスポーツへ

これまで検討してきたように、医療体操の対象は、おのずから「治療・健康のための身体運動」から「歓びとしてのスポーツ文化」にまで拡大せざるをえなくなった。だとすれば、体育・スポーツの領域からは、からだを動かすことの快感、動きと身体感覚をベースにした「新しいスポーツ」観を提起することが必要となる。それは、いわば近代スポーツに対するオルタナティブである。これまで「非-知」とされてきた領域、語られなかったもうひとつの身体についてその存在を認めること、そして、意識以前に働き始める「からだ」を信頼し、それに自分をゆだねるようなからだ体験をすること。このようなことが、いま新世紀を生きる私たちにとっては、非常に大切なことであるに違いない。

他方、すでに「近代医学」に対しては「代替医療（オルタナティブメディシン）」がさかんである。ヨーロッパに古くから伝わるホメオパシーやクアやスパの文化に今後さらに光が当たるだろう。医療体操史の視点からみれば、そこには、クアと身体運動というもうひとつの「医療体操」の概念が広がっているし、さらにはクアと娯楽（賭け事やダンス）という側面も見出すことができる²⁰⁾。また、これらの健康法と共にあるスポーツや養生法、祭りや祈りなど人間の喜怒哀楽とともにあるスポーツについて着目することも同様に必要である。

「身体」や「身体運動」を再考し、「治る」意味をとらえなおすことは、同時に、人間をこれまでの理解の仕方とは異なるもう一方の視点からとらえなおすことになる。そしてそこを起点として、人間が生きることについての健康の意味、身体の問題が明らかにされていくだろう。

これまでは歓迎されなかった行為、たとえば、直感にゆだねる（すなわち論理的ではない）身体、動かされる（すなわち主体的ではない）身体について考えること、このような

「非-知」の身体が存在をわれわれの視野に取り込むことが新たな身体論の始まりとなる。これまで言い古されてきた「人間とはなにか」「医療とはなにか」「豊かに生きるとはどういうことか」という問いが、これまでわたしたちが理解していたものとは別次元の、まったく新たな意味をもって立ち現れるにちがいない。

注および参考文献

- 1) アイダ・ロルフによって始められた身体統合法。筋膜に働きかけ、筋肉に滞ったこだわりを解きほぐす手法。
- 2) Mose Feldenkrais, *Awareness through movement*, 1972 (『フェルデンクライス身体訓練法』安井武訳, 大和書房, 1982)
- 3) 野口三千三によって始められた体操。頑張ること, 満身の力をこめることなどは体操本来の方法としては誤りとし, 今ここで直接体験するからだの中身の変化の実感によって, 自分とは何か, 人間とは何かを探検する営みを体操と呼ぶ。『野口体操 からだに貞く』(柏樹社, 1977)『原初生命体としての人間』(三笠書房, 1972)『野口体操 おもさに貞く』(柏樹社, 1977) などがある。
- 4) 演出家竹内敏晴を中心に, からだへの気づきからはじめて, ドラマのせりふの吟味や, 演じることに至るまでの, からだを学びからだで表現するレッスン。竹内の主著に『ことばが劈かれるとき』(思想の科学社, 1975)『からだことばのレッスン』(講談社現代新書, 1990)『話すということ (ドラマ)』(国土社, 1994)『ドラマとしての授業』(評論社1983)『待つしかない, か。21世紀身体と哲学』(木田元との対談, 春風社2003) などがある。
- 5) 1970年代アメリカで舞踊家によるダンスセラピーが盛んになる。その後, 音楽療法や遊戯療法とともに心身障害の治療法として定着。Trudi Schoop, *Won't you join the dance?* (『からだの声を聞いてごらん』平井他訳, 小学館スクウェア, 2000) Joan Chodorow, *Dance Therapy and Depth Psychology, The Moving imagination* (『ダンスセラピーと深層心理-動きとイメージの交感-』平井他訳, 不昧堂出版, 1997)
- 6) クア, あるいはスパと呼ばれることもある温泉文化。ヨーロッパ各地にクアオルト(温泉保養地区)がある。そこは, 医療機関や温泉沐浴施設だけではなく, 運動施設, ハーブ園, カジノやダンスホールなどを併設する大娯楽場でもある。関連するものにウラディミール・クリチュク『世界温泉文化史』種村季弘・高木万里子訳, 国文社, 1994がある。
- 7) Nicolas Andry, *Orthopaedia or the art of correcting and preventing deformities in children*, 1743
三井悦子「N. アンドリーの治療的運動論の検討」『体育史研究』第10号, 1993
- 8) 三井悦子「19世紀末ヨーロッパにおける医療体操の史的考察」『奈良女子大学文学部研究年報』第29号, 1985
- 9) 三井悦子「D. G. M. シュレーバーのトゥルネン推奨論について—国家復興期における国民の健康—」『スポーツ史研究』第12号, 1999
三井悦子「青年医師シュレーバーにおける自然と身体—禁止令下のトゥルネン推奨の論理—」『椋山女学園大学研究論集』第31号, 社会科学篇, 2000
- 10) 三井悦子「治療的な身体運動におけるからだの解放に関する考察」『奈良女子大学文学部研究年報』第33号, 1990及び前掲8)
- 11) 中川米造『学問の生命』佼成出版社, 1991, p. 69, 182-183
- 12) 鏡像の論理を借りれば, 科学が明らかにすることのできる身体は鏡に映し出される身体に限定される。本稿が明らかにしたい身体は鏡には映し出されないことのない身体, すなわち, 鏡の向う側にある身体である。したがって, 鏡に映し出されない, 見えない身体で起こっているこ

とを、身体からそのまま直に受け取り、教わるということだけが可能である。ここで語られたことは、なによりも身体が発する声を聞き取ることへの信頼の上に立っている。それは「科学的知」に対する「経験知」とも呼ぶべき、もう一つの「知」の地平への信頼でもある。

- 13) 残念なことに、このような「身体」について語ることは障害が多い。まずは、それが、個別のからだ体験として、個別のからだに起こっていることがらである（つまり再現性がない）こと。つぎに、数値や映像によって「わたしの身体」を提示され、説明されることに、われわれ自身がいつのまにか馴らされてきた、そういう者にとって、自分の身体感覚はあまりにもあやふやなもの映る（つまり目に見えない）ということ。そしてもうひとつ、数値や映像には現われてこない、科学を超えた現象を言説化するための「ことば」を共有していない（事実が科学の先を行っている）ことがあげられる。

14) ジョルジュ・バタイユ『非-知 閉じざる思考』西谷修訳、平凡社、1999

15) 市川浩『「身」の構造 身体論を超えて』講談社学術文庫、2000

16) 野口三千三『原初生命体としての人間』三笠書房、1972

17) 林竹二・竹内敏晴『からだ=魂のドラマ 「生きる力」が目覚めるために』

18) 三井悦子『『体ほぐし』の『からだ』とはなにか』スポーツ史学会会報『ひすぽ』52号

19) 三井悦子『じか-から-からだということについて』『女子体育』女子体育連盟編、2005年1月号、論説

- 20) 現在もなお実施されているクナイプ療法は、19世紀ドイツのクナイプ神父によって始められたスパと身体運動と生薬など自然療法中心の医療。これに関する書物として、わが国には、今井良久『クナイプ自然療法 上 ドイツ保養地の施設と制度』1993、『クナイプ自然療法 下 保養地療法の実際と意義』1994などがある。

付記 本稿は、期せずして筆者のこれまでの医療体操史研究の経緯を整理し、今後の研究スタンスを確認する作業となった。現在の地点にたつことができたのは、西洋生まれのスポーツ文化の源流を探るべくその生活の中に身をおきながら、同時にそれらを相対化する視点を持つことができたからである。その機会（2003年4月より1年間のハイデルベルク大学での海外研修）を与えて下さった椋山女学園大学に、この場をお借りして心から感謝の意を表したい。